

3 スマホ等への対応について

- ・スマートフォン等のメディア機器は便利である一方、ゲームのやりすぎによる健康被害、SNSでのトラブルや犯罪に巻き込まれる危険性等、大きな問題となっている。特にスマホ依存からの脱却は早急に手を打つことが必要である。
- ・本年7月に保護者向けの通知を発出したことをきっかけとして、今後各学校において、さらに保護者の啓発に努め、児童生徒主体の取組となるよう各学校に指導・指示していく。
- ・本年度で10年目となる「心あったかイートころ運動」において、各学校でスマホ対策の取組を実践するとともに、中学校区単位で開催する発表会においても実践内容を発表する予定である。

(1) 児童・生徒の健全なメディアコントロールへの取組について P.2 参照

平日や週末(休日)にスマホ等を長時間利用している児童生徒が多い状況にあり、生活習慣の乱れによる睡眠不足、家庭学習の不足等その弊害は大きなものとなっている。

スマホ等の利用については、保護者等大人の意識を高めるとともに、児童生徒自らが、なぜスマホ等の時間を抑制しなければならないのかを自分の問題としてとらえ、目的や目標をもち、主体的に取り組む必要がある。

東松島市全体としてスマホ対策に取り組む機運を高めるために下記の講演会を実施する。

11月23日(土) 会場 コミュニティセンター
講師 東北大学加齢医学研究所教授 瀧 靖之先生
13:30~15:30 講演会

「スマホ依存からの脱却 望ましい生活習慣の確立」(仮題)

対象：教職員、保護者、小学校高学年以上の児童生徒、
学校運営協議会委員、地域住民等

写

令和元年7月5日

東松島市立小・中学校保護者 各位

東松島市教育委員会教育長 志小田 美弘
東松島市立小中学校長会会長 仲上 浩一
東松島市PTA連合会会長 熱海 光太郎
東松島市青少年健全育成市民会議会長 櫻井 一義

児童・生徒の健全なメディアコントロールへの取組について（お知らせ）

向暑の候、保護者の皆様にはお健やかにお過ごしのことと拝察申し上げます。また、日頃から、学校教育及び地域の活動に際し、ご支援とご協力を賜り感謝申し上げます。

さて、スマートフォン（以下スマホ）などのメディア機器は、今や私たちの日常生活に身近なものとなっております。しかしながら、小・中学生の時期に適切な使用の仕方を身に付けておかなければ、生活習慣の乱れだけでなく、多くのトラブルや犯罪等の被害にあう危険性もあります。

つきましては、コミュニティ・スクールとしての機能を生かし、行政、学校、保護者、地域が一体となって下記の取組を推進していきたいと考えております。趣旨をご理解のうえ、ご家庭でもお子様と十分に話し合い、しっかりしたルールを決めるなど、児童生徒の健やかな成長のために特段のご協力をお願い申し上げます。

記

- メディアコントロールとは
 - 映像メディア（スマホ、ゲーム機、タブレット等）の利用時間や効果的な使用の仕方を自己コントロールすること。
- 東松島市小・中学生の実態（全国学力・学習状況調査の結果より）
 - 平日の放課後に家でゲーム・インターネットをして過ごす割合（平成30年度調査結果）
 - 小学生.....84.9% 中学生.....74.5%
 - 週末（休日）に家でゲーム・インターネットをして過ごす割合（平成30年度調査結果）
 - 小学生.....89.7% 中学生.....85.5%
 - 平日にゲーム（スマホのゲームを含む）をする割合（平成29年度調査結果）
 - 小学生ゲーム 1時間未満.....36.3% 2時間以上.....44.2% 4時間以上.....15.6%
 - 中学生ゲーム 1時間未満.....32.0% 2時間以上.....48.3% 4時間以上.....18.2%

1時間未満には「所持していない」も含まれます。また、休日の利用割合は更に増える傾向にあります。
- ゲーム、スマホ等の利用過多による主な弊害
 - 就寝・起床時刻が遅くなる 集中力の低下、視力低下の原因になる
 - 家庭での学習時間が不足する 人間関係のトラブルや悪質サイトによる犯罪に巻き込まれる 等

これまでの調査結果から、ゲームをする時間が1時間以内の子と3時間以上の子では、学力検査の結果が大きく違ってくるというデータが示されています。また、1時間以内であれば適度な気分転換等になるものの、長時間のゲーム・スマホの利用は、発達期の子どもの脳に悪影響を及ぼすという医学的見解もあります。
- 今後の家庭での取組（例）
 - 情報機器にまったく触れずに生活することは困難です。各家庭でルールを決め、メディアを適切に利用できる力をつけることが大切です。その目安として、次のような取組を推進します。お子様の現状を判断し、市全体でチャレンジしていきましょう。

レベル1	午後9時以降はノーメディア	就寝時刻を定め生活リズムを整える
レベル2	メディア1日1時間	時間を有効に使い、生活にけじめをつける
レベル3	下校後はノーメディア	メディア以外の学習、読書、家族との会話等に時間を使う
レベル4	1日ノーメディア（必要以外）	メディアに頼らず1日の生活リズムを設定する
レベル5	適切に自己コントロールして使用	必要に応じて最低限使用するなど自己コントロールして使う

学校ごとに振り返りの内容や方法を工夫していきますのでご協力をお願いします。